

健康増進のお手伝い！ 自立した暮らしを応援！

高原トレーニングクラブ

(小笠原総合福祉プラザ内)

見学無料体験
可能です！

7種類のパワーリハビリを使って、専門職(理学療法士、作業療法士、運動指導員等)による個別リハビリ及び可動域訓練等を実施し、歩行改善や日常生活動作の助言や指導を致します。楽しみながら健康な身体作りを目指しましょう。

対象者

原則、南アルプス市内在住の40歳以上の方。(その他の方は応相談) 要介護(支援)認定者は身体状況等を相談させていただきます。

費用

健康な身体作りが、500円～1,500円(税別)(コースにより異なります)で出来ます！以下の表の通りです。

サービス内容	料金(税別)	備考
基本サービス	500円/1時間	毎週月～金
イベント・レクリエーション	実費	随時相談

※送迎については応相談。

